



Departamento de Educación Física

Resumen programación 1º
Bachillerato.

JAIME GUTIERREZ MACIAS

Contenidos

		BLOQUE 1	BLOQUE 2	BLOQUE 3	BLOQUE 4
TRIMESTRE 1	Calentamiento general / específico		X		X
	Resistencia		X		X
	Fuerza		X		X
	Flexibilidad		X		X
	Velocidad		X		X
TRIMESTRE 2	Habilidades gimnásticas	X		X	X
	Voleibol	X			X
	Expresión corporal			X	X
TRIMESTRE 3	Orientación	X			X
	Ultimate frisbee	X			X
	Deportes alternativos	X			X

Estándares básicos

1.1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses respecto a sus niveles iniciales.

1.1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

1.1.5. Analiza de forma crítica y reflexiva su ejecución técnica haciendo uso de las nuevas tecnologías, detectando posibles puntos de mejora basándose en el modelo ideal de ejecución.

1.2.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno

1.2.4. Conoce las diferentes posibilidades técnico-tácticas de las disciplinas trabajadas, tratando de adaptar las mismas a las situaciones abiertas propias del juego.

2.1.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.

2.2.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.

2.2.5. Alcanza un adecuado nivel de condición física ayudándose de su programa de actividad, adaptando aquellas actividades que no llegan a las cotas esperadas.

2.3.1 Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.

2.3.2 Evalúa de forma correcta actitudes posturales incorrectas, detectando las mismas en sus compañeros e indicando aspectos a mejorar.

3.1.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.

3.1.4. Colabora de forma constructiva en la creación de composiciones expresivas colectivas, valorando positivamente las aportaciones de los compañeros.

4.1.2 Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos, respetando su uso y colaborando en el mantenimiento de los mismos.




4.2.2 Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

4.3.2 Hace uso de la plataforma digital Edmodo en la cual se comparte la información relacionada con la asignatura.

Criterios de calificación

1ºBACHILLERATO				
SABER	Cuestionario		30%	40%
	Trabajos diarios		10%	
SABER HACER	Pruebas motrices	Parte individual	40%	50%
		Retos		
	Ejecución diaria		10%	
SABER SER	Saber actuar		5%	10%
	Saber convivir		5%	

Respecto estos criterios, hay que tener en cuenta los siguientes aspectos:

-  No entregar algún trabajo diario sin justificación resta **0.5 puntos**.
-  En cada uno de los apartados evaluados se debe obtener, al menos, una **nota mínima de 3** para poder hacer la media con el resto de apartados.
-  El apartado **SABER SER** se evaluará a través del documento **RESPONSABILIZA-T**, en el cual se recogen los aspectos a tener en cuenta desde el punto de vista actitudinal.

Dentro del apartado **SABER HACER**, los exentos parciales recuperarán cuando puedan, mientras que a los exentos totales se les modificarán los criterios de calificación en función del curso.